



MASSAGGI BENESSERE

Massaggi Ayurvedici
Massaggi Californiani
Massaggi Thailandesi
Linfodrenaggi
Riflessologia Plantare
Chair Massage



Per informazioni e prenotazioni contattare:
329 3276989 o sirived@libero.it
www.ventodoriente.com

Ass. Cult. "VENTO D'ORIENTE" – Via Alessandria, 40 (Porta Pia) Roma

IL MASSAGGIO AYURVEDICO DEI MARMA “Katcha Thirummu del Kalaripayattu”



L'Ayurveda, letteralmente “scienza della vita”, trova le sue origini nei più antichi testi indiani cioè i Veda datati 4000 a.C ed è quindi il più antico Metodo di Autoguarigione Naturale che considera l'individuo nella sua totalità come corpo, mente e anima.

Il Massaggio Ayurvedico è uno degli strumenti principali di cui si serve la Medicina ayurvedica per preservare una condizione di buona salute. Tra i massaggi ayurvedici il **Massaggio Ayurvedico dei Marma “Kacha Thirummu del Kalaripayattu** è quello che coniuga l'Ayurveda con lo Yoga, stimolando i **punti Marma corrispondenti ai chakra e nadi dello yoga**, attraverso digitopressioni, impastamenti e drenaggi. Interviene quindi oltre che sugli apparati anche sul prana (energia vitale) dell'individuo favorendo un processo di armonizzazione interiore a livello più profondo.

Originario del sud dell'India era utilizzato da danzatori, praticanti di arti marziali, sportivi.. Energico ma al contempo rilassante **promuove a livello fisico la flessibilità, la forza e l'elasticità del corpo; rinforza e rilassa il sistema nervoso riducendo lo stress; drena e tonifica riducendo i grassi; favorisce la circolazione del corpo e rimuove le tossine; mantiene in efficienza ossa ed articolazioni.**

Durata: 70 minuti (anche a domicilio)

IL MASSAGGIO CALIFORNIANO



Il Massaggio Californiano è considerato il Re dei Massaggi.

Particolarmente rilassante è una vera e propria coccola.

Anche definito come Massaggio Sensitivo, Massaggio Meditativo, Massaggio Anatomico, Massaggio rilassante psicosomatico, è quello che più di ogni altro insiste sulla nozione del contatto.

Fluido ed avvolgente modella ed armonizza il corpo attraverso una vasta gamma di manipolazioni, rendendolo il più completo tra i massaggi.

E' anche una tecnica gestaltica che spostando l'attenzione dalla testa al corpo fa percepire la persona nella sua totalità.

Durata: 70 min. (anche a domicilio)

IL MASSAGGIO THAIANDESE



Il Massaggio Thai o Massaggio Thailandese è anche detto Massaggio Yoga (yoga passivo).

Nato 2500 anni fa, è stato custodito dai monaci buddisti fino alla metà del secolo scorso ed ancora oggi si pratica nei templi.

Combina i punti sen di digitopressione della medicina cinese con lo stretching delle posture Yoga.

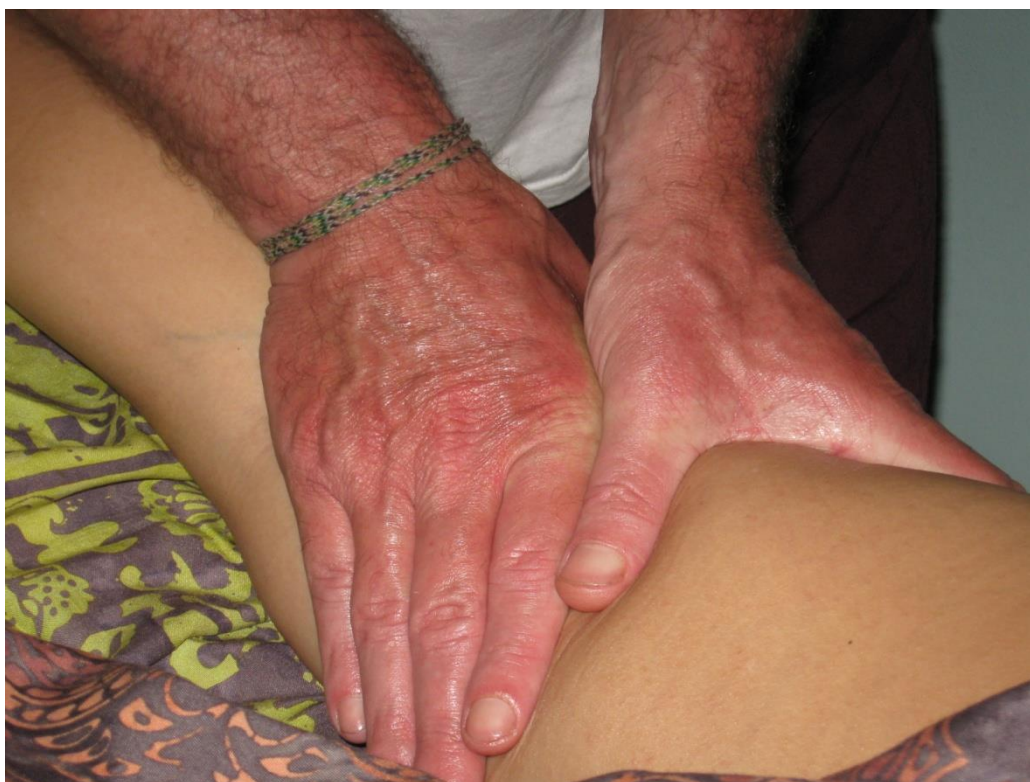
Rilassante e molto energetico utilizza un sistema di digitopressioni e palmopressioni eseguite su tutto il corpo, lungo le linee energetiche Sen.

Attraverso rotazioni, pressioni e stiramenti (che vengono eseguiti non solo con le mani, ma anche con l'ausilio di gomiti e piedi) questo tipo di massaggio scioglie le articolazioni e le contratture muscolari, favorendo il rilassamento del corpo e del sistema nervoso.

A livello sottile il massaggio Thai favorisce la ricarica energetica del corpo e ristabilisce il naturale fluire del prana nei canali energetici, donando nuova forza a livello fisico e rilassamento al sistema nervoso centrale.

Durata: 70, 90, 120 minuti (anche a domicilio)

IL LINFODRENAGGIO



La linfa raccoglie e purifica dai tessuti i fluidi in eccesso non completamente assorbiti dal sangue: a causa dell'eccessiva immobilità, essa tende a ristagnare. Posizioni scorrette, calzature inadatte ed immobilismo costringono gli arti inferiori a tensioni innaturali.

Il Linfodrenaggio è un massaggio drenante che facilita il flusso dei liquidi in eccesso, eliminandone il ristagno; depura l'organismo e rinforza il sistema immunitario; favorisce la microcircolazione, combattendo la cellulite; nutre i tessuti, restituisce equilibrio idrico alle zone disidratate, rende la pelle luminosa e ha un effetto rilassante sui muscoli interessati da strappi o contratture; inoltre dona un benessere psicofisico generale poiché aiuta la gestione di ansia, nervosismo e stress, rilassando il sistema nervoso.

Durata: 70, 90 min. (anche a domicilio)

LA RIFLESSOLOGIA PLANTARE



La Riflessologia Plantare è una tecnica antichissima presente in Cina da oltre 3000 anni.

Riflessologia letteralmente significa “scienza del riflesso”, in quanto **stimola nel piede i punti riflessi di tutti gli organi del corpo, tonificandoli e rinforzandoli.**

Dai punti di riflessologia agli organi ci sono dei percorsi attraverso cui passa l'energia.

Attraverso i punti di riflessologia nel piede **è possibile rilevare le alterazioni energetiche per riportare armonia** in tutti gli organi ed apparati del corpo (circolatorio, respiratorio, scheletrico, sistema nervoso, linfatico, endocrino..).

Durata: 50 min. (anche a domicilio)

IL CHAIR MASSAGE (MASSAGGIO SULLA SEDIA)



Il **Chair Massage** è un massaggio innovativo.
Ideato negli Stati Uniti, si sta ora diffondendo anche in Europa.

Ha il vantaggio di essere un massaggio breve, economico, che non richiede di spogliarsi o di sdraiarsi.

Viene praticato su una sedia ergonomica e vengono trattate spalle, braccia, mani, schiena, anche, nuca e testa.

E' un efficacissimo metodo antistress che può eseguirsi ovunque.

Durata: 20 min. (anche presso Aziende, Uffici, Studi..)